NuStep® *T5/T5XR*

Appareil d'entrainement incliné

MANUEL DE L'UTILISATEUR

NUSTEP®

Transforming Lives®

Sommaire

Introduction 4
Instructions de sécurité 5
Installation et positionnement 6
Présentation du T5 7
1-2-3 Partez ! 8-11
Fonctionnement de la console 12
Présentation des programmes 13-16
Affichage et exportation des données 17-18
Suivi utilisateur 19
Autres fonctions 20
Mode gestionnaire 21-22
Maintenance préventive et dépannage 23
Accessoires supplémentaires essentiels pour T5 et T5^{XR} 24
Renseignements concernant la garantie et le numéro de série 25
Obtention de l'assistance à la clientèle et des pièces 26
Données techniques 27
Enlèvement/Installation du couvercle 28
Remplacement des piles 29-30
Notifications de sécurité 31-32
Tableaux CEM 33-36
Conformité US FCC et Conformité IEC/EN 55011 37
Annexe A 38

Cher client de Nu-Step,

Merci d'avoir acheté l'appareil d'entraînement incliné NuStep T5 ou T5^{XR}, les dernières innovations de NuStep, Inc en matière d'appareils de culture physique pour exercices cardio-vasculaires.

Les appareils d'entraînement en position inclinée T5 et T5XR sont conformes à la Directive 93/42/EEC, applicable aux appareils médicaux de classe I (se reporter à la déclaration de conformité pour connaître les détails, numéro de pièce 51536) ; ces appareils d'entraînement conviennent à la kinésithérapie, rééducation cardio-pulmonaire, médecine du sport et à une remise en forme générale.

Les T5 et T5^{XR} marquent une étape importante dans la recherche continuelle entreprise par NuStep en faveur du progrès, de la satisfaction du client et de la meilleure qualité possible dans sa catégorie. En tant que société axée sur les besoins des clients, NuStep s'est adressé à ses clients, y compris des professionnels de la santé, des experts en culture physique et des utilisateurs à domicile, pour connaître leur opinion sur ce qu'ils désiraient trouver dans un nouveau produit. Les T5 et T5^{XR} sont l' aboutissement de ces commentaires et suggestions fort utiles.

Les principales nouveautés et améliorations des modèles T5 et T5^{XR} comprennent :

- Une conception ergonomique évoluée.
- Un mouvement de marche plus régulier avec allongement des pas.
- Un système électronique de freinage silencieux à 15 niveaux de résistance et d'une plus grande précision.
- Une zone de déplacement du pied plus grande et plus basse, facilitant le passage de marche à arrêt.
- Un siège plus grand et plus confortable, qui pivote à 360° pour le passage de marche à arrêt, dans toutes les directions.
- Un grand écran couleur, à résolution brillante, en plusieurs langues.
- Une gamme plus étendue de programmes d'entraînement comprenant Démarrage rapide, Manuel, Profils et Partenaire d'entraînement.
- Une capacité de poids accrue : 500 lb [227 kg] (modèle T5) ou 600 lb [272 kg] (modèle T5^{XR}).
- Des pédales surdimensionnées et garnies de coussins (modèles T5 et T5^{XR}) et fonctionnement à flexion dorsale/plantaire (modèle T5^{XR}).

Créatrice de l'appareil d'entraînement incliné, NuStep est à la pointe du développement de systèmes d'exercices corporels complets efficaces, sûrs et faciles à utiliser. Nos produits sont utilisés dans les établissements de soins médicaux, les centres de mise en forme et à domicile dans le monde entier, et ont changé la vie de millions d'utilisateurs de NuStep en leur permettant de faire de l'exercice, même s'il leur était impossible d'utiliser d'autres appareils d'entraînement.

Merci d'avoir acheté nos appareils et bienvenue dans le réseau en pleine expansion des utilisateurs de NuStep.

Instructions de sécurité

Ceci est un symbole d'alerte de sécurité. Il est utilisé pour attirer l'attention sur les instructions pour la sécurité personnelle. Lisez et observez tous les messages de sécurité suivant ce symbole pour éviter toute lésion possible, voire mortelle, par suite d'une mauvaise utilisation.

ATTENTION

ATTENTION indique une situation potentiellement dangereuse qui, si elle n'est pas évitée, risque d'entraîner des lésions corporelles mineures ou modérées. Cet avertissement peut aussi être utilisé pour donner l'alerte contre des pratiques dangereuses.

ATTENTION

Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'exercice.

Une surveillance est nécessaire si vous avez un handicap ou un problème médical.

En cas de faiblesse ou d'étourdissement lors de l'utilisation de ce produit, arrêtez aussitôt et consultez un médecin.

Utilisez cet appareil seulement selon les instructions de votre médecin si vous avez n'importe quel type de maladie cardiaque, hypertension, diabète, maladie respiratoire ou tout autre problème médical, ou si vous êtes enceinte.

Lisez ce manuel avant d'utiliser cet appareil et conservez-le pour le consulter à l'avenir.

Portez toujours des chaussures et des vêtements appropriés pour les exercices.

Ne faites pas fonctionner cet appareil s'il semble endommagé ou hors d'usage. Examinez le produit régulièrement.

Veillez à régler correctement la position du siège et du bras pour vous. N'allongez pas trop la distance pour vos jambes ou vos bras.

ATTENTION

Ne laissez pas les enfants utiliser cet appareil.

N'utilisez pas cet appareil en présence d'enfants et/ou d'animaux domestiques.

Les affichages du rythme cardiaque, des watts, de l'EQMET et des calories ne conviennent pas aux applications pour lesquelles la santé et la sécurité du patient pourraient dépendre de l'exactitude de ces paramètres.

Le poids maximum de l'utilisateur est de 500 lbs (227 kg) pour le modèle T5 et de 600 lbs (272 kg) pour le modèle T5^{XR}.

Ne soulevez pas cet appareil sans vous faire aider. Le T5 est très lourd. Il pèse 295 lbs (134 kg).

Pour éviter de vous blesser ou d'endommager le produit, faites-vous toujours aider pour déplacer cet appareil. Utilisez des techniques de levage correctes.

Installation et positionnement

Déballage et Installation

Les procédés de déballage et d'installation pour les expéditions de T5/T5^{XR} entièrement montés sont décrits dans les *directives d'installation* des*T5/T5^{XR} à la livraison*. Les procédés de déballage et de montage pour l'expédition des T5/T5^{XR} partiellement montés sont décrits dans le *manuel de montage* du *T5*. Les documents correspondants sont expédiés avec chaque commande. D'autres exemplaires de ces documents peuvent être téléchargés à partir du site de NuStep, Inc.

Positionnement de l'appareil

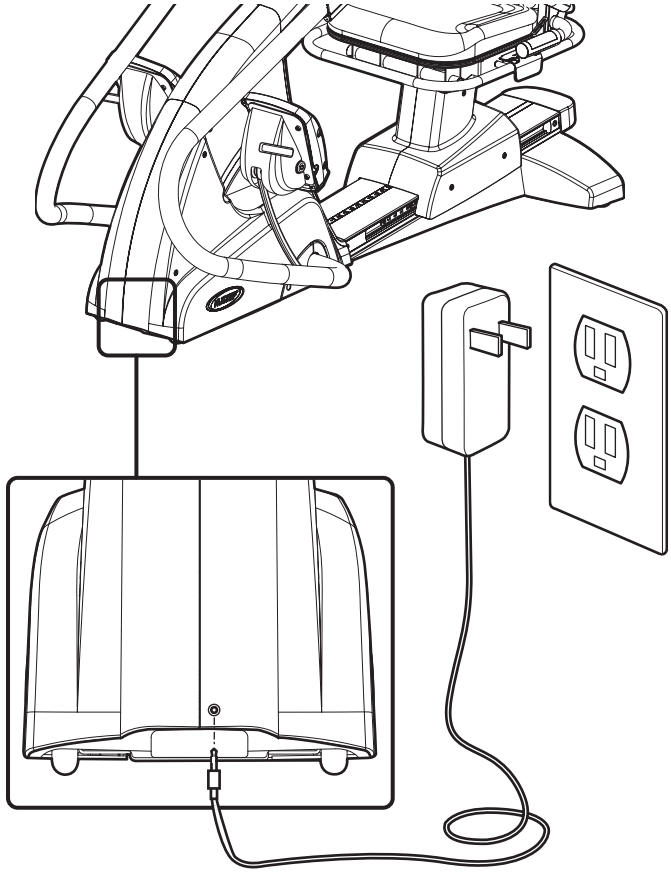
Pour bien fonctionner, l'appareil NuStep doit être placé sur une surface plane et stable. Réglez les pieds de mise à niveau comme il convient.

L'espace libre autour de l'appareil doit être au minimum de 18 po (45,70 cm) sur les côtés et de 12 po (30,5 cm) à l'avant et à l'arrière. Il est nécessaire de disposer de plus d'espace libre pour l'accès en fauteuil roulant.

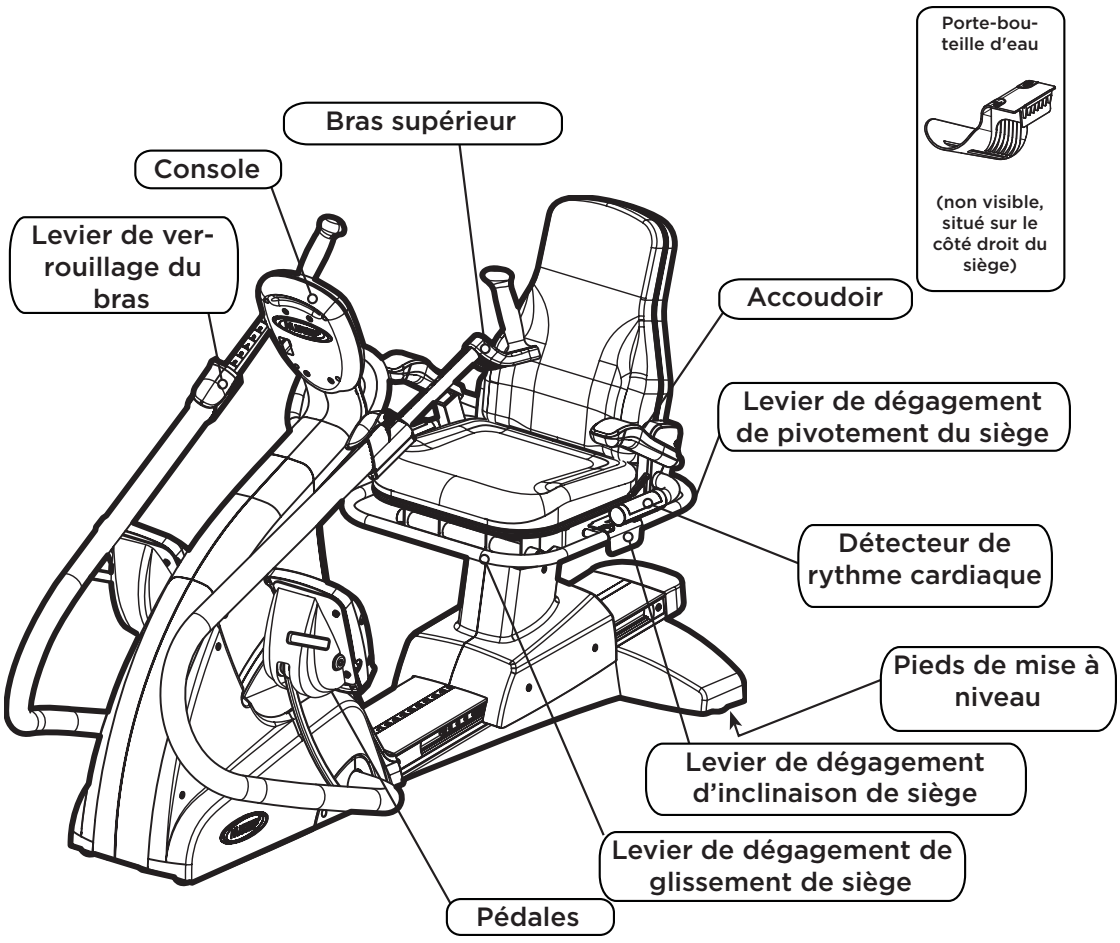
Utilisation d'un adaptateur CA

Le T5/T5^{XR} est auto-alimenté et, normalement, n'a pas beoin d'une source d'énergie extérieure. Toutefois, pour assurer son bon fonctionnement, l'appareil doit être branché avec l'adaptateur CA fourni pour les exercices effectués à faible cadence (environ 60 pas à la minute, ou moins). La prise d'adaptateur CA se trouve à l'avant de l'appareil.

Consultez les autres sections de données techniques de ce manuel pour les caractéristiques techniques de l'adaptateur.



Présentation du T5


Porte-bouteille d'eau
(non visible, situé sur le côté droit du siège)
Bras supérieur
Console
Levier de verrouillage du bras
Accoudoir
Levier de dégagement de pivotement du siège
Détecteur de rythme cardiaque
Pieds de mise à niveau
Levier de dégagement d'inclinaison de siège
Levier de dégagement de glissement de siège
Pédales

* Les caractéristiques varient selon le modèle, le modèle T5^{XR} étant illustré ci-dessus.

Modèle T5 (couleurs chaudes soulignées de noir)

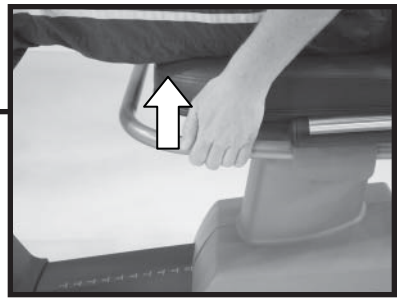
Modèle T5^{XR} (couleur champagne)

1-2-3 Partez !

Appuyez sur le bouton Mode d'emploi sur la console pour voir cette information sur l'écran de la console.

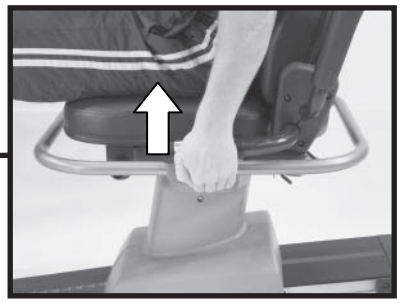
1. RÉGLEZ LA DISTANCE DU SIÈGE

- Soulevez le levier avant de dégagement du siège.
- Déplacez le siège pour que le genou soit légèrement plié et la jambe presque tout à fait tendue.



2. RÉGLEZ L'INCLINAISON DU DOSSIER (MODÈLE (T5^{XR} UNIQUEMENT)

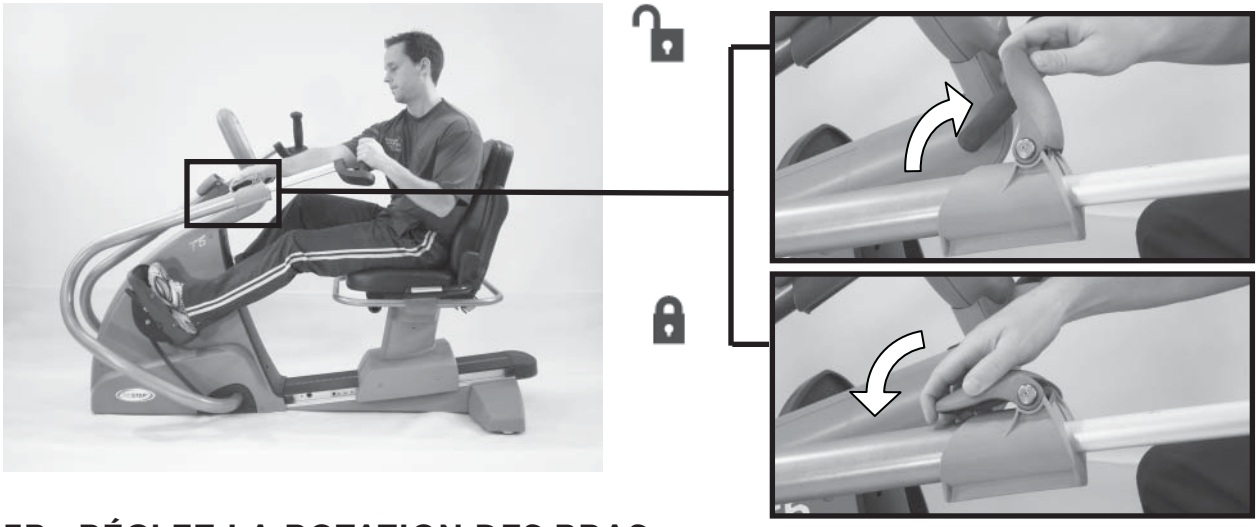
- Soulevez le levier central d'inclinaison du siège.
- Réglez le dossier sur une position confortable, puis relâchez le levier d'inclinaison du siège.
- Inclinaison possible jusqu'à 12°.



1-2-3 Partez !

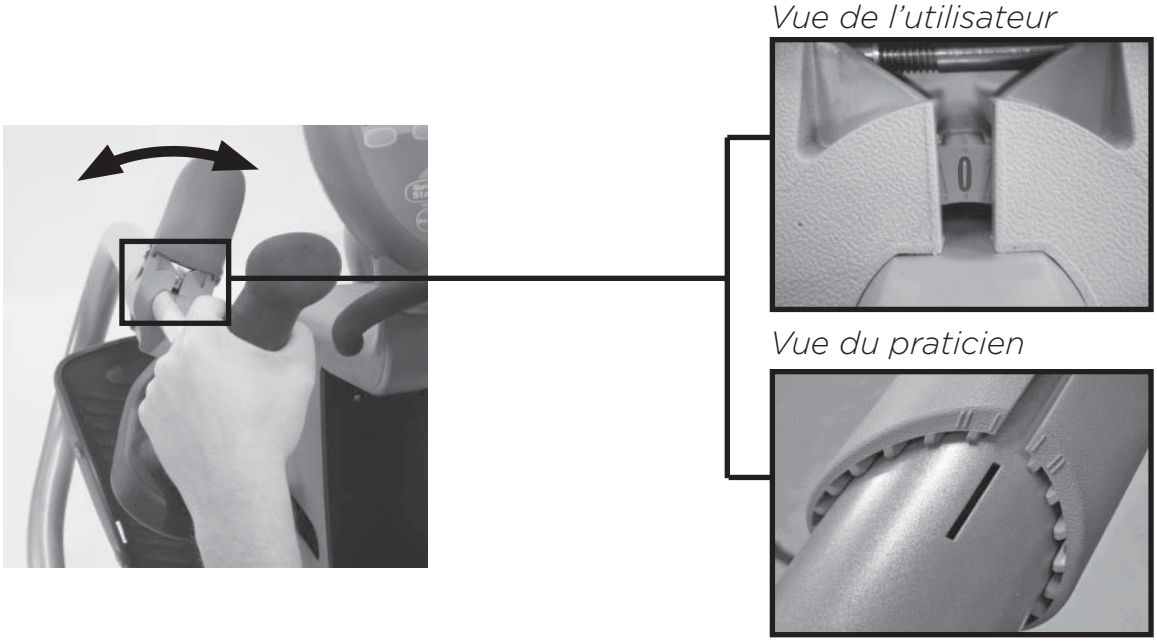
3A. RÉGLER LA DISTANCE DES POIGNÉES

- Levez le levier bleu de dégagement des bras pour déverrouiller les poignées des bras.
- Réglez les poignées jusqu'à ce que le coude soit légèrement plié quand le bras est étendu (dans de nombreux cas, ce nombre correspond à celui de la position du siège).
- Appuyez sur le levier bleu de dégagement pour verrouiller en position.



3B. RÉGLEZ LA ROTATION DES BRAS (MODÈLE T5^{XR} UNIQUEMENT)

- Levez le levier bleu de dégagement pour déverrouiller le bras supérieur et faire tourner le bras (vers l'intérieur ou l'extérieur).
- Chaque numéro ou clic représente une **rotation de 10 degrés**. Une fois le réglage effectué, appuyez sur le levier bleu de dégagement pour verrouiller.



Position correcte sur le T5

Après le réglage du T5, vos bras et vos jambes doivent être légèrement pliés en étant presque complètement étendus lors des exercices sur le T5.

⚠ ATTENTION

Des lésions médicales peuvent survenir lors d'un usage incorrect ou excessif.

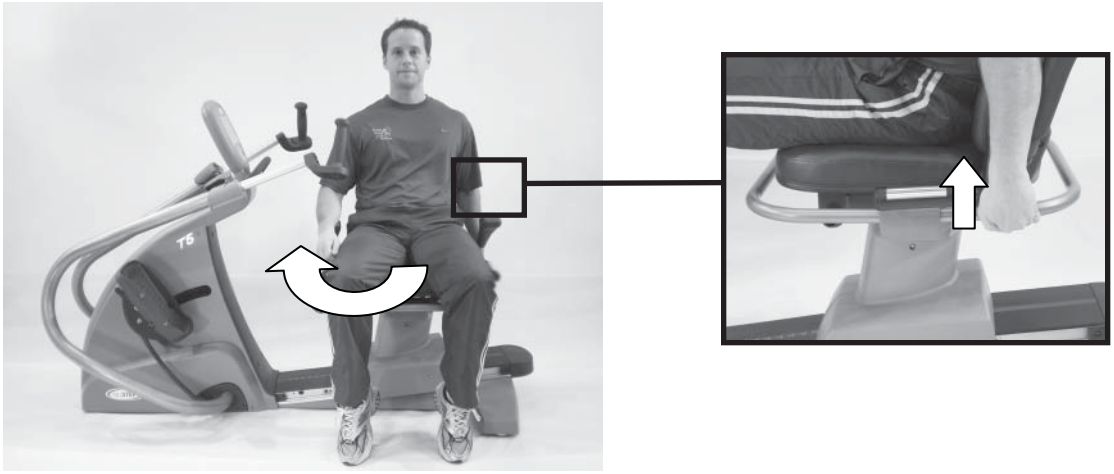
Veillez à ce que le siège et les bras soient réglés sur des positions biomécaniquement correctes.

N'allongez pas trop la distance pour vos jambes ou vos bras.

Fonctionnement de siège pivotant

- Lever levier arrière de dégagement de pivotement.
- Faire pivoter le siège vers la gauche ou la droite pour s'asseoir et descendre.
- Le siège peut faire un tour complet et se verrouiller tous les 45°.

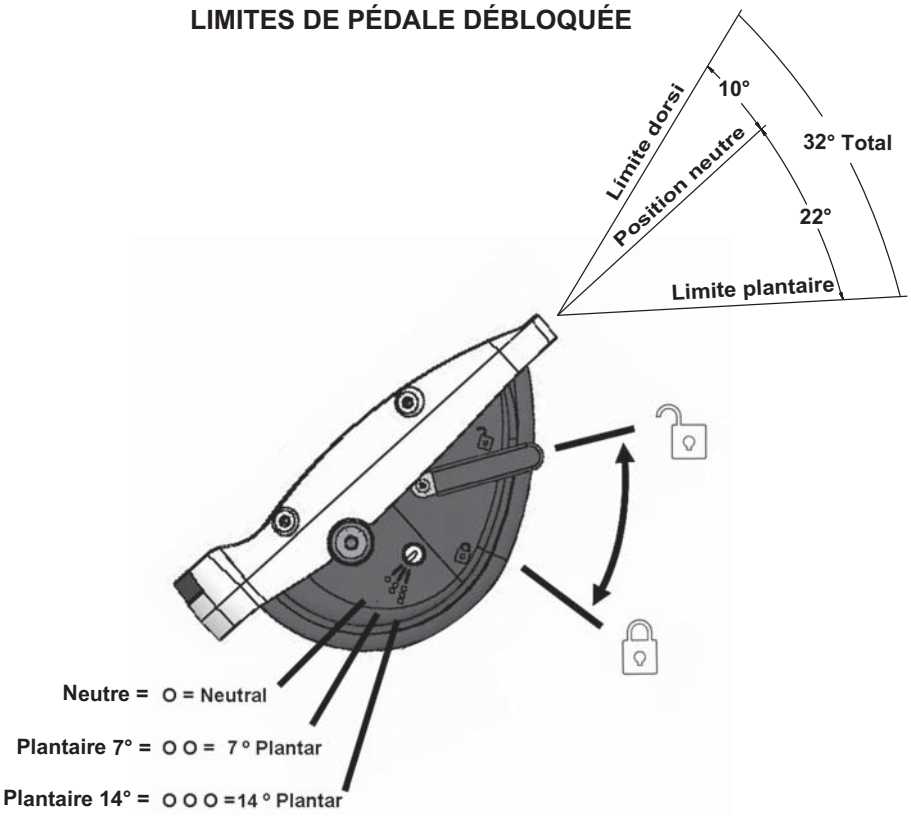
Remarque : pour des raisons de sécurité, le siège ne peut glisser vers l'avant ou vers l'arrière que s'il est tourné vers l'avant.



Fonctionnement dorsi/plantaire. (T5^{XR} uniquement)

- Déverrouillez pour le fonctionnement dorsi/plantaire.
- Verrouillez dans n'importe laquelle des trois positions pour régler l'angle.

LIMITES DE PÉDALE DÉBLOQUÉE



POSITIONS DE PÉDALE BLOQUÉE

Fonctionnement de la console

La console du T5 NuStep est facile à utiliser. Une **fonction automatique marche/arrêt** met la console en marche dès que vous déplacez les poignées des bras ou les pédales et l'arrête automatiquement quand vous arrêtez les exercices pendant trois minutes.

La console passe directement au programme **Démarrage rapide** (Quick Start) quand vous déplacez les poignées des bras et les pédales ou si vous appuyez sur n'importe quel bouton.

Pour changer de programme, appuyez sur le bouton **Changer de programme** (Change Program).

A. Centre d'informations :
Il affiche les données des séances d'exercice de l'utilisateur et les écrans de réglage où doivent être saisies les informations.

B. Boutons programmables :
Pour choisir les divers boutons pour changer les informations affichées ou changer les programmes.

C. Boutons de flèche vers le haut et vers le bas :
Utilisez les flèches vers le haut et vers le bas pour régler les valeurs ou la charge de travail. Appuyez sur le bouton vers le haut ou vers le bas et maintenez-le enfoncé pour un défilement plus rapide.

D. Démarrage rapide (Quick Start) :
Sélectionnez ce bouton pour commencer directement une séance. Il évitera tout réglage.

E. Réinitialiser (Reset) :
Choisir Réinitialiser entraîne la réinitialisation totale de toutes les informations.

F. Entrer (Enter) :
Choisissez Entrer pour saisir les informations.

G. Informations :
Ce bouton dépend du contexte et explique les informations à l'écran.

H. Indicateur d'état de veille :
L'indicateur d'état de veille clignote pendant que la batterie est en charge lorsque les appareils d'entraînement inclinés T5 et T5XR sont branchés et non utilisés. Lorsque la charge est terminée, l'indicateur d'état de veille reste allumé sans clignoter.

Présentation des programmes

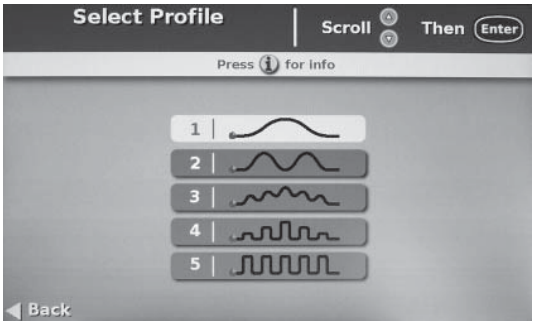
Démarrage rapide (Quick Start)

Ce programme démarre automatiquement en déplaçant simplement les poignées des bras ou les pédales. Il évite aussi la saisie des informations concernant l'objectif. L'utilisateur peut changer manuellement la charge de travail, comme désiré, en utilisant les boutons à flèches vers le haut et vers le bas.

Manuel

Ce programme ressemble beaucoup à Démarrage rapide. Il exige cependant que l'utilisateur entre des informations sur son poids et ses objectifs. L'utilisateur peut aussi entrer un objectif de temps, distance ou calories.

Profils



Ce programme propose cinq profils pour différents niveaux de séquences d'entraînement.

Partenaire d'entraînement (Pace Partner)

Permet à l'utilisateur d'entrer une valeur de Partenaire d'entraînement basée sur EQMET (METS) (Équivalent métabolique du travail effectué), les watts ou les pas par minute (PPM) (SPM). L'utilisateur peut ensuite se mesurer au Partenaire d'entraînement.

Présentation des programmes

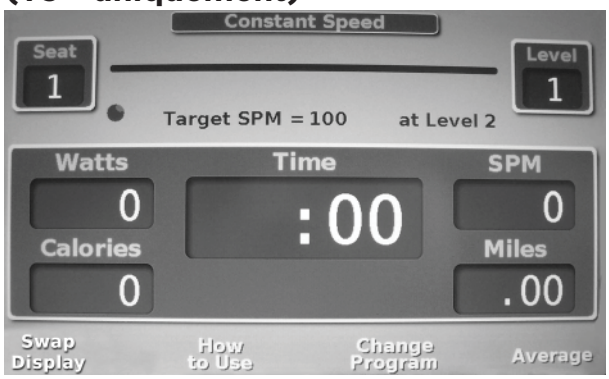
Rythme cardiaque cible (RCC) (Target Heart Rate) (T5^{XR} uniquement)

Ce programme règle la charge de travail des exercices pour maintenir le rythme cardiaque de l'utilisateur dans les limites visées. L'utilisateur entre son RCC avant de commencer la séance. La plage du rythme cardiaque cible se calcule selon la formule suivante : [RCC = (220 - age) * X%]. L'intensité de l'exercice est contrôlée par la variable X%. La limite inférieure X% est de 0,50 et la limite supérieure est 0,85. La formule cardiaque et les limites de la plage cible sont basées sur les directives de l'American College of Sports Medicine (ACSM) (Collège américain de médecine sportive) et de l'American Heart Association (AHA) (Association américaine de cardiologie) L'utilisateur peut régler les paramètres RCC à n'importe quel moment pendant la séance. La phase d'échauffement dure jusqu'à ce que l'utilisateur soit à environ 10 battements de rythme cardiaque cible par minute (BPM). Remarque : il est nécessaire de porter un transmetteur de rythme cardiaque si l'on utilise ce programme.

ATTENTION

Consultez un médecin pour des conseils sur votre plage de RCC.

Vitesse constante (isocinétique) (Constant Speed)(Isokinetic) (T5^{XR} uniquement)



Ce programme permet aux utilisateurs de s'entraîner à une cadence de marche constante. L'utilisateur entre le nombre de pas par minute (PPM) avant de commencer l'exercice. Le programme règle la charge de travail pour que la vitesse PPM de l'utisateur reste constante. Si la vitesse des pas de l'utilisateur dépasse le paramètre PPM, la charge de travail augmente. Si la vitesse des pas de l'utilisateur est inférieure au paramètre PPM, la charge de travail diminue. L'utilisateur peut augmenter ou diminuer la vitesse PPM à n'importe quel moment de la séance.

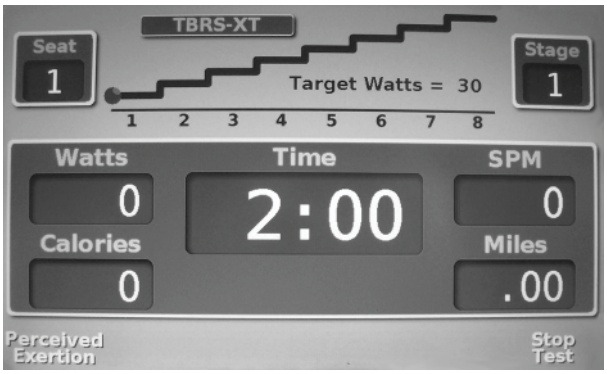
Remarque : à des vitesses très lentes ou très rapides, le programme fait de son mieux pour que la vitesse de l'utilisateur reste constante, mais ses capacités sont limitées et des messages instantanés avertissent l'utilisateur de ces extrêmes.

Présentation des programmes

Puissance continue (Constant Power) (T5^{XR} uniquement)

Ce programme permet aux utilisateurs de s'entraîner à effort constant. L'utilisateur entre le niveau de watts désiré ou EQMET (MET) avant de commencer l'entraînement. Ce programme adapte la charge de travail en réponse à la vitesse et à la longueur de pas de l'utilisateur pour maintenir ses niveaux de watts ou EQMET à une hauteur constante. Si la vitesse et la force de pas de l'utilisateur atteignent des niveaux de watt/EQMET supérieurs à la saisie indiquée, la charge de travail diminue. Si la vitesse et la force de pas de l'utilisateur atteignent des niveaux de watt/EQMET inférieurs à l'entrée indiquée, la charge de travail augmente. L'utilisateur peut régler le paramètre watts/EQMET à n'importe quel moment pendant les séances. Remarque : des messages instantanés avertissent l'utilisateur qu'il va trop vite et génère plus d'énergie que l'entrée indiquée, ou qu'il va trop lentement et génère moins d'énergie que l'entrée indiquée.

Protocole d'exercice (Exercise Protocol)(T5^{XR} uniquement)



Ces programmes de protocole d'exercice sont conçus pour être administrés en milieu médical. Si ces programmes sont activés, les protocoles modifient progressivement les watts toutes les 2 minutes en mode puissance constante sur 8 phases.

- Le protocole mTBRS-XT est destiné aux personnes sédentaires et aux patients ayant souffert d'un AVC.[1]
- Le protocole TBRS-XT est destiné aux personnes de 18 à 45 ans en bonne santé.[2]

Pour être activés, ces programmes doivent être en Mode gestionnaire selon la sélection du protocole d'exercice.

ATTENTION

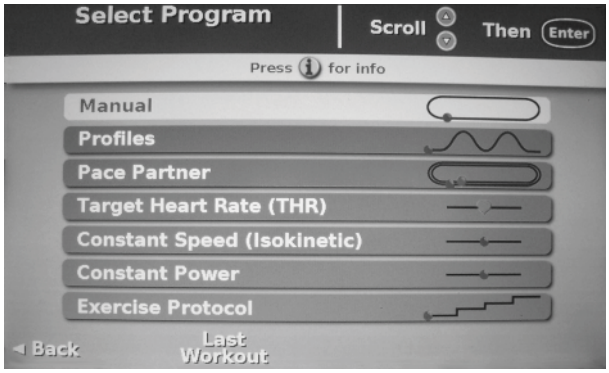
Ce protocole nécessite une surveillance médicale et doit se conformer aux directives de tests avec exercices.

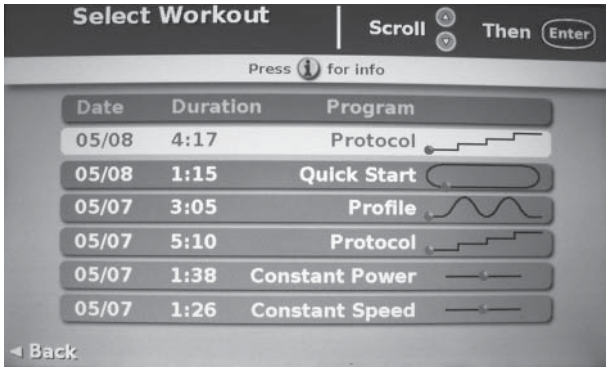
1 Sandra A. Billinger, Benjamin Y. Tseng, Patricia M. Kluding , "Modified Total-Body Recumbent Stepper Exercise Test for Assessing Peak Oxygen Consumption in People With Chronic Stroke," Physical Therapy 88:10 (Octobre 2008)

2 Sandra A. Billinger, Janice K. Loudon, Byron J. Gajewski, "Validity Of A Total Body Recumbent Stepper Exercise Test To Assess Cardiorespiratory Fitness," Journal of Strength and Conditioning Research 22:5 (Septembre 2008)

Présentation des programmes

Mode domicile/dernier entraînement (Home Mode / Last Workout)





Si cette fonction est activée, les utilisateurs peuvent sélectionner Dernier entraînement sur l'écran Sélectionner programme (Select Program) en appuyant sur le bouton programmable deux. Les utilisateurs peuvent ainsi sélectionner n'importe lequel des six derniers entraînements. Tout entraînement sélectionné aura un contenu identique à celui qui a été choisi lors de cet entraînement. Cette fonction permet à l'utilisateur de sélectionner facilement un entraînement précédent sans entrer de nouveau les données. Pour être activée, cette fonction doit être en Mode gestionnaire sous la sélection Mode domicile.

Affichage et exportation des données

Affichage et exportation des données du produit et de l'entraînement

Les utilisateurs peuvent consulter les statistiques cumulées du produit, celles de l'utilisateur et celles des 200 derniers entraînements individuels de l'utilisateur à partir du Menu d'utilisation en Mode gestionnaire. L'accès au Menu d'utilisation ne peut se faire qu'à partir du Mode gestionnaire.

Pour accéder au Mode gestionnaire :

- Appuyez sur le bouton programmable Mode d'emploi.
- Appuyez sur la flèche vers le bas menant au titre Contacts et infos produit et appuyez sur Entrer.
- Une fois que l'écran Contacts et infos produit (Contact and Product) apparaît, appuyez simultanément sur les deuxième et quatrième boutons programmables et Entrer (comme illustré) et maintenez-les enfoncés.

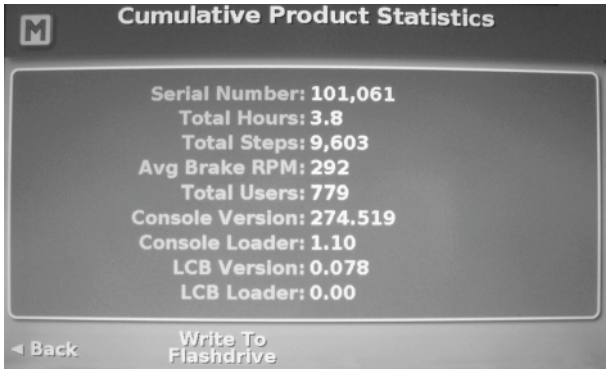
Sélectionnez Menu d'utilisation sur l'écran du Mode gestionnaire (Manager Mode).

Dans le Menu utilisation (Usage Menu), sélectionnez Statistiques cumulées du produit (Cumulative Product Statistics), Statistiques cumulées de l'utilisateur (Cumulative User Statistics) ou Suivi de l'utilisateur (User Tracking) pour afficher ou exporter des données.

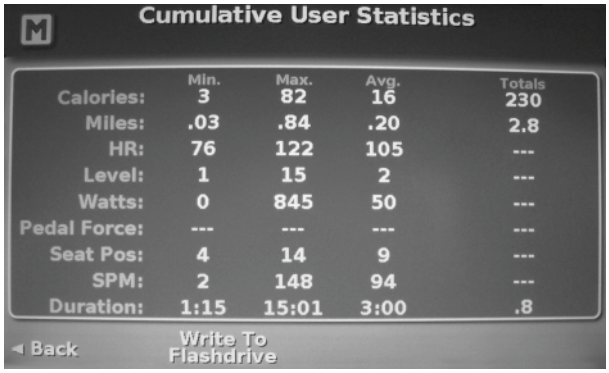
Affichage et exportation des données

Exportation des données
Les données du produit et de l'entraînement peuvent être exportées depuis tout écran du Menu d'utilisation et du bilan d'entraînement. Pour exporter des données, insérez une clé USB au dos de la console et appuyez sur le bouton programmable Écrire à Flashdrive.

Statistiques produit cumulées (Cumulative Product Statistics)
L'écran de statistiques produit cumulées donne un aperçu de l'utilisation du produit, y compris des versions du logiciel et du degré d'utilisation du produit. L'accès à cet écran peut aussi s'effectuer depuis n'importe quel écran d'entraînement en appuyant simultanément sur le premier bouton programmable et Entrer.



Statistiques utilisateur cumulées (Cumulative User Statistics)
L'écran des statistiques utilisateur cumulées donne un aperçu de la manière dont l'appareil est utilisé par tous les utilisateurs.

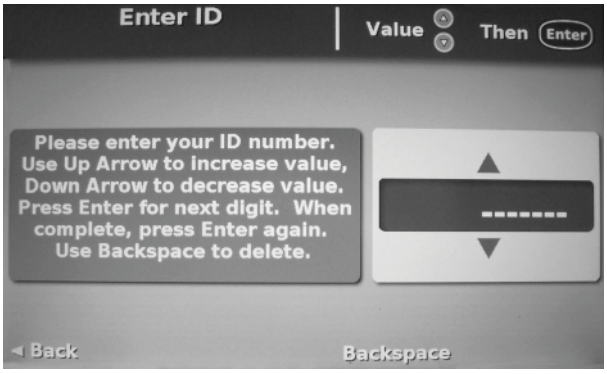

Cumulative User Statistics
Min. Max. Avg. Totals
Calories: 3 82 16 230
Miles: .03 .84 .20 2.8
HR: 76 122 105 ---
Level: 1 15 2 ---
Watts: 0 845 50 ---
Pedal Force: --- --- --- ---
Seat Pos: 4 14 9 ---
SPM: 2 148 94 ---
Duration: 1:15 15:01 3:00 .8
Back
Write To Flashdrive

Suivi utilisateur

Suivi utilisateur (User Tracking)
L'écran de Suivi utilisateur permet d'afficher ou d'exporter les données d'entraînement des 200 dernières séances individuelles. Remarque : cette fonction fait toujours le suivi des 200 derniers entraînements et les données sont dans l'ordre premier entré, premier sorti (FIFO). Si vous voulez faire le suivi d'un n° d'identification (PIN) avec exercice; vous devez actionner le Suivi utilisateur en Mode gestionnaire.

Pour afficher ou exporter des relevés des séances individuelles, faites défiler les relevés de séance et sélectionnez le relevé désiré. Les relevés d'exercice donnent un résumé complet de l'exercice.

Activation du Suivi utilisateur
Pour mieux préciser les données du Suivi utilisateur et afficher les résultats, il est conseillé de mettre Suivi utilisateur en Mode gestionnaire. Ainsi, les utilisateurs peuvent peuvent entrer un numéro d'identification personnel (PIN) de six chiffres au plus avant chaque séance. Ce PIN permet alors de faire le suivi de leurs données. Les utilisateurs qui ne souhaitent pas utiliser de PIN quand la fonction Suivi utilisateur est activée peuvent simplement appuyer deux fois sur le bouton Entrer pour éviter cet écran d'entrée avant une séance.


Enter ID
Value
Then Enter
Please enter your ID number. Use Up Arrow to increase value, Down Arrow to decrease value. Press Enter for next digit. When complete, press Enter again. Use Backspace to delete.
Back
Backspace

Autres fonctions

Programmation à la volée
Cette fonction permet à un utilisateur de changer le programme à tout moment pendant une séance. Remarque: une séance d'entraînement doit durer 60 secondes et parcourir 0,03 miles (0,05 km) si vous voulez transférer les données de la séance vers un autre programme, sinon, elle repart à zéro. Remarque : cette fonction n'est pas disponible pour les programmes de protocole d'exercice

Mode d'économie de la batterie
Pour économiser la batterie pendant les périodes d'inactivité, le produit se mettra en mode économie au bout de deux semaines, pour préserver la batterie. Pour supprimer cet état, il suffit de marcher très rapidement. Bien que cette fonction soit automatique, elle peut ausi être activée manuellement quand l'appareil est arrêté en appuyant sur n'importe quel bouton pendant dix secondes.

Bouton Moyenne
Quand le bouton Moyenne est enfoncé, les moyennes des séances cumulées s'affichent sur l'écran de la console pendant six secondes. La console reviendra automatiquement à l'écran de la séance ou vous pouvez appuyer sur le bouton programmable Continuer l'entraînement pour retourner plus tôt à l'écran de la séance d'entraînement.

Charge 0 (zéro)
La charge 0 donne un niveau de charge de travail inférieur à Charge 1. Charge 0 s'affiche et fonctionne seulement quand l'appareil est branché sur secteur et fournit la charge de travail absolue la plus basse possible.

Capacité de programmation de mémoire flash
Pour mettre au niveau de la dernière version logicielle, téléchargez la dernière version sur une clé USB et réinsérez-la dans la console pendant que l'appareil T5 est à l'arrêt. Mettez l'appareil en marche et le processus de reprogrammation commencera automatiquement. Ne retirez la clé USB que lorsque vous êtes averti que la reprogrammation est terminée.

Mode d’emploi
Accédez à toutes les informations avec le bouton Mode d'emploi disponible pendant toute séance. Ce bouton permet à l'utilisateur de découvrir la manière d'utiliser le produit. Remarque : un i bouton contextuel est également disponible.

Mode gestionnaire

Le Mode gestionnaire (Manager Mode) permet au personnel autorisé de changer les paramètres d'usine par défaut (consultez la liste des paramètres par défaut à la page suivante).

Pour accéder au Mode gestionnaire :

- Appuyez sur le bouton programmable Mode d'emploi.
- Appuyez sur la flèche vers le bas menant au titre Contacts et infos produit et appuyez sur Entrer.

Une fois dans l'écran Contacts et infos produit :

- Appuyez simultanément sur le 2e et le 4e bouton programmables et maintenez-les enfoncés, puis appuyez sur Entrer (comme indiqué).

Menu d'utilisation (Usage Menu)
Affichez les statistiques cumulées, la version du microprogramme et les données de la séance de l'utilisateur.

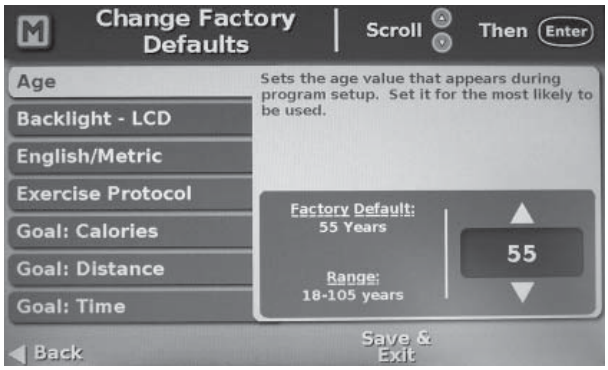
Changer paramètres d'usine par défaut (Change Factory Defaults)
Vous permet de personnaliser les paramètres selon vos besoins.

Restaurer tous les paramètres d'usine par défaut (Restore All Factory Defaults)
Restaure globalement tous les paramètres d'usine par défaut.

Données de diagnostic (Diagnostic Data)
Apelle l'écran de diagnostic.

Pour changer un paramètre par défaut :

- Choisissez Changer les paramètres d'usine par défaut (Change Factory Defaults).
- Faites défiler vers le haut ou vers le bas pour accéder à ce paramètre, par exemple Âge.
- Appuyez sur Entrer (Enter) et le paramètre par défaut choisi sera en surbrillance en rouge.
- Utilisez les flèches vers le haut ou le bas pour choisir le nouveau paramètre par défaut (la console montre à la fois le paramètre d'usine par défaut et la plage pour chaque réglage).
- Appuyez sur Entrer pour entrer le nouveau paramètre par défaut.
- Utilisez le défilement pour accéder à d'autres paramètres.
- Appuyez sur Enregistrer et Quitter (Save & Exit) à tout moment pour sauvegarder vos paramètres et quitter le mode gestionnaire.



Mode gestionnaire

PARAMÈTRES	PAR DÉFAUT	PLAGE / OPTIONS
Âge	55	18 - 105
Rétroéclairage-LCD	7	1 - 10 valeurs de rétroéclairage, 10 étant la plus élevée.
Unités anglaises/métriques	Anglaises	Sélectionnez unités de mesures anglaises ou métriques
Protocole d'exercice	Arrêt	Met en marche ou arrête le protocole de programme
Cible : Calories	188	5 - 3500 calories. Fixe la valeur la plus probable affichée au cours de l'installation du programme. Règle aussi la limite maximale des calories.
Cible : Distance	2,25	0,1 - 10 milles (0,16 - 16 km). Fixe la valeur la plus probable affichée au cours de l'installation du programme. Règle aussi la distance limite maximum.
Cible : Durée	40	1 - 99 minutes. Fixe la valeur la plus probable affichée au cours de l'installation du programme. Règle aussi la durée limite maximale.
Mode domicile	Arrêt	Met en marche ou arrête la fonction Mode domicile.
Langue	Anglais	Néerlandais, anglais, français, allemand, japonais et espagnol
EQMET	2,6	1,0 – 27,0 EQMET
Son	Général : Bas Événements : Bas Alarmes RCC : Moyen Chaque pas : Arrêt	Règle le volume général, celui des évènements significatifs, la plage des alarmes RCC et peut déclencher un son à chaque pas.
Pas par minute	100	25 - 200 pas par minute
RCC	0,70	0,55 - 0,90 Règle le pourcentage utilisé pour calculer le rythme cardiaque cible affiché lors du paramétrage du programme ou du port d'une sangle thoracique. Basé sur les directives ACSM.
Heure - fonction Fuseau horaire	Temps écoulé Heure de la côte Est	Temps écoulé ou restant pour la séance d'entraînement comme premier choix. L'heure et la date peuvent être réglés pour n'importe quel fuseau horaire.
Mode de suivi	Arrêt	Met en marche ou arrête le Mode suivi
Échauffement/Récupération	12,5%	5 – 12,5% du temps de la séance d'entraînement. Définit le pourcentage de durée des phases échauffement et récupération sur la base de la cible totale entrée, selon les directives ASCM. Le paramètre par défaut est 12,5% d'échauffement, 75% de la séance d'entraînement et 12,5% de récupération.
Watts	60	25 - 400 watts
Poids	180 lbs (82 kg)	75 - 500 lbs (34-227 kg) pour le modèle T5 ou 75 – 600 lbs (34-272 kg) pour le modèle T5^{XR}.
Affichage des informations de la séance	calories, distance	Sélectionne calories ou EQMET, distance ou pas.

Maintenance préventive

Intervalles de maintenance préventive

Bien que le T5 soit conçu pour ne pas nécessiter d'entretien, il est recommandé d'effectuer quelques tâches pour augmenter la durée de vie utile du produit NuStep. Veuillez vous conformer aux intervalles de maintenance préventive recommandés en fonction du degré de l'utilisation de l'appareil NuStep. Ces intervalles ne sont qu'une estimation et il se peut que vous deviez augmenter ou diminuer le laps de temps entre les maintenances préventives selon l'usage réel.

ARTICLE	TÂCHE	FRÉQUENCE
Bras	Nettoyer	Chaque semaine
Console	Nettoyer	Chaque semaine
Couvercles et cadre	Nettoyer	Chaque semaine
Siège	Nettoyer	Chaque semaine

Dépannage

FONCTIONNEMENT DÉFECTUEUX	CAUSE POTENTIELLE	ACTION CORRECTIVE
Pas de rythme cardiaque avec port de sangle thoracique	Les électrodes de la sangle thoracique ne sont pas assez humides.	Humidifiez la sangle thoracique.
	L'utilisateur ne porte pas de transmetteur codé sur la sangle thoracique.	Contactez NuStep pour commander un transmetteur codé pour sangle thoracique.
	Pile de transmetteur de la sangle thoracique épuisée.	Contactez Polar USA www.polarusa.com.
	Les électrodes du transmetteur de sangle thoracique ne sont pas directement en contact avec la peau.	Examinez les instructions pour l'emplacement correct du transmetteur de la sangle thoracique.
Absence de rythme card. en serrant les poignées	Acquisition du contact de rythme cardiaque exige de 12 à 15 secondes.	Tenez les deux poignées jusqu'à apparition du rythme cardiaque.
	Variation de tension ou position des poignées de contact.	Serrez les poignées de contact de rythme cardiaque de manière constante et uniforme.
	Détecteurs tenus d'une seule main.	Saisissez les deux détecteurs.
	Mains trop humides.	Séchez vos mains.

Accessoires supplémentaires essentiels pour T5 et T5^{XR}

Système d'attache du pied
NP 50959

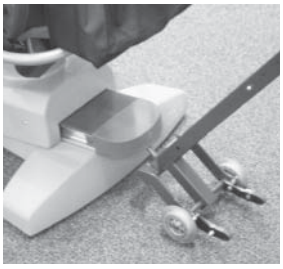
Ensemble de sangles hanches et torse
NP 51294

Stabilisateur de jambe
NP 52065 (paquet bilatéral)
NP 52000 (paquet unilatéral)

WellGrip™
NP 50685 (Ensemble WellGrip)
NP 50680 (WellGrip - gauche)
NP 50681 (WellGrip - droit)

Sangle de transmission du rythme cardiaque
NP 50813

Sac de stockage d'accessoires sur dossier du siège
NP 50780



Système de transport pour NuStep
NP 05300

Pour plus de renseignements sur les accessoires supplémentaires essentiels du T5 et du T5^{XR}, veuillez appeler le 800-322-2209 pour parler à un conseiller NuStep en direct ou rendez-vous en ligne sur www.nustep.com.

Garantie T5

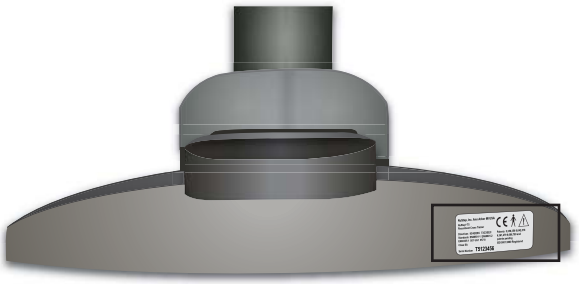
Pour afficher ou imprimer la garantie du T5 en ligne, consultez : www.nustep.com

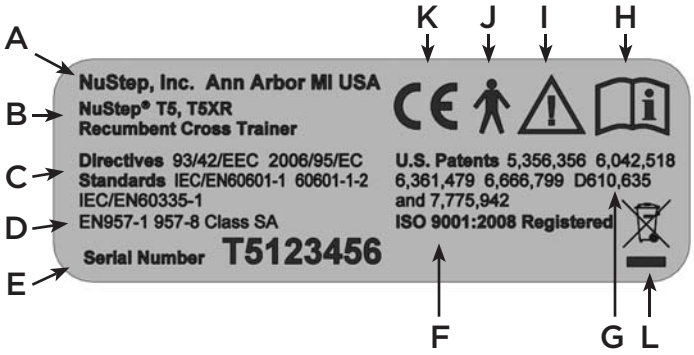
Si vous avez des questions sur la garantie, veuillez contacter le Service Clients, 800-322-4434 ou support@nustep.com.

Pour les clients internationaux : veuillez contacter votre distributeur local pour de plus amples renseignements concernant la garantie.

Informations concernant le numéro de série du T5

Emplacement sur le produit :
le numéro de série du T5 se trouve en bas, à l'arrière (voir image ci-dessous) et sur l'écran d'affichage de la console.





Affichage sur l'écran de la console :
Appuyez sur le bouton Mode d'emploi, flèche vers le bas pour Contacts et infos produit, puis appuyez sur le bouton Entrer.

A	Nom et adresse du fabricant
B	Numéro du modèle et description du produit
C	Conformité aux directives et normes
D	Classification de l'appareil
E	Numéro de série et date de fabrication
F	Système de gestion de la qualité enregistré à la norme ISO
G	Protection internationale du brevet pour le produit
H	Consulter le manuel d'utilisation avant usage
I	Attention: lire les documents joints
J	Pièce de Type B appliquée pour la sécurité électrique
K	Marque CE
L	Marque de la directive DEEE

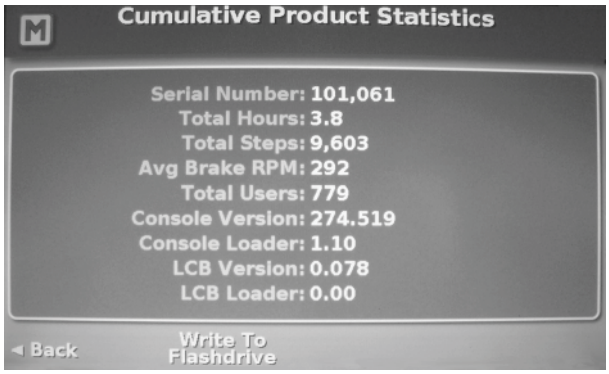
Obtention de l’assistance à la clientèle et des pièces

ÉTAPE 1
Identifiez le problème.
Parlez à la personne qui a signalé le problème pour bien comprendre le problème.

ÉTAPE 2
Vérifiez le problème.
Inspectez l’appareil d’entraînement et déterminez quelles pièces sont nécessaires pour remédier au problème. Des illustrations et des listes de pièces peuvent être obtenues sur le site web de NuStep, Inc. ou en contactant le service clientèle.

ÉTAPE 3
Enregistrez le numéro de série, le nombre total d'heures, la version du microprogramme et la version LCB de l’appareil d’entraînement incliné NuStep.
Le nombre total de pas, le nombre total d'heures d'utilisation, la version du microprogramme et les valeurs de la version LCB peuvent être affichés à l'écran des statistiques cumulées de la console. Pour accéder à l’écran :

1. Appuyez sur le bouton Démarrage rapide.
2. Appuyez simultanément sur le bouton Entrer et sur le premier bouton programmable.



ÉTAPE 4
Contactez le service clientèle de NuStep, Inc.
Veuillez avoir sous la main le numéro de série et une description complète du problème pour que nos spécialistes du produit puissent mieux vous aider.

Les spécialistes du produit peuvent être joints par courriel, téléphone ou télécopie à :

Email : support@nustep.com
Téléphone : 800-322-4434 ou 734-769-3939 x5
Télécopie : 734-769-8180
Adresse : NuStep, Inc.
5111 Venture Drive
Suite 1
Ann Arbor, MI 48108
USA
Web : www.nustep.com

Les clients à l’extérieur des États-Unis et du Canada peuvent joindre le service clientèle en contactant leur distributeur NuStep local.

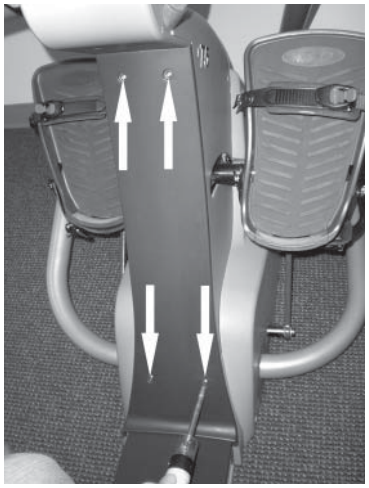
Données techniques

Poids maximum de l'utilisateur	Modèle T5 = 500 livres (227 kg) Modèle T5^{XR} = 600 livres (272 kg)
Plage des grandeurs d'utilisateur	4 pieds 6 po – 6 pieds 7 po (137,16 cm – 200,66 cm)
Poids de l'appareil	Modèle T5 = 285 livres (129 kg) Modèle T5^{XR} = 295 livres (134 kg)
Dimensions: (longueur/hauteur/largeur)	73 po (185 cm) 46 po (117 cm) 30 po (76 cm)
Élément de batterie plomb-acide étanche Pile bouton ion-lithium Pile alcaline	12 volt 7,0 Amp. heure (PowerSonic PS-1270F1) (NuStep, Inc. pièce numéro 50216) 3v (Panasonic CR-2032) Piles AA, quantité 2, (Energizer EN91) (NuStep, Inc. pièce numéro 41224). Remarque : au cas où NuStep ne serait pas utilisé pendant plusieurs mois, retirez les piles AA.
Normes	IEC/EN 60601-1, IEC/EN 60601-1-2, IEC/EN 60335-1, EN 957-1, EN 957–8 Classe SA
Directives	93/42/EEC 2006/95/EC
Résistance du générateur	Plage 5 - 1400 watts
Paramètres de tests du système de freinage, de l'exécution des pas et des watts.	Pour les paramètres de tests du système de freinage, de l'exécution des pas et des watts, se reporter à l'annexe A.
Marques	CE
Adaptateur CA (facultatif)	Modèle (Ault/SL Power MW170KB1540B02 ou MW170KB1572B02) Sortie 15V cc à 1,0 A Alimentation à découpage médicale Entrée 100-240V~ 50-60Hz, 400 mA

Enlèvement/Installation de couvercle

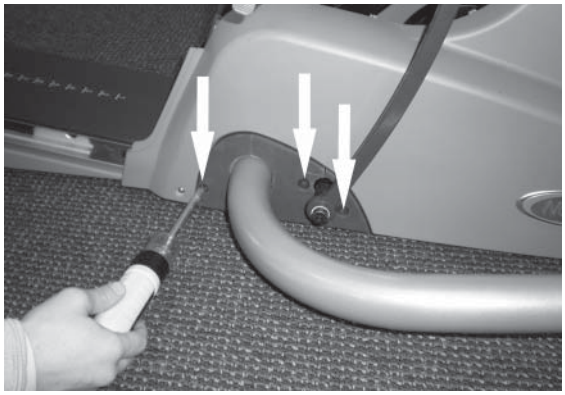
Outils requis
Embout mâle hexagonal de 3 mm

1. Enlevez 4 vis de la garniture du couvercle de l'extrémité avant.

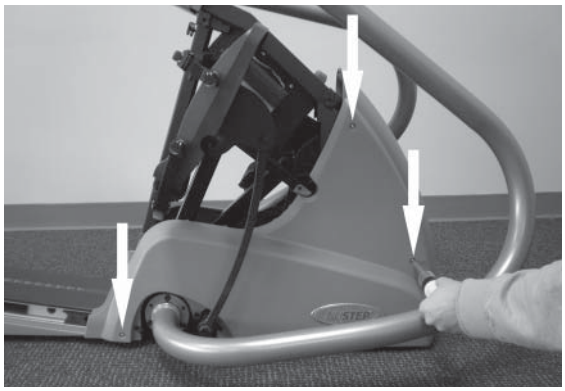


2. Enlevez 2 vis de chaque couvercle supérieur avant.

3. Enlevez 3 vis du couvercle de la bride du bras.



4. Enlevez 3 vis de chaque couvercle inférieur avant.



Remarque : l'enlèvement des couvercles inférieurs avant est plus facile quand la pédale est tournée vers l'arrière de l'appareil.

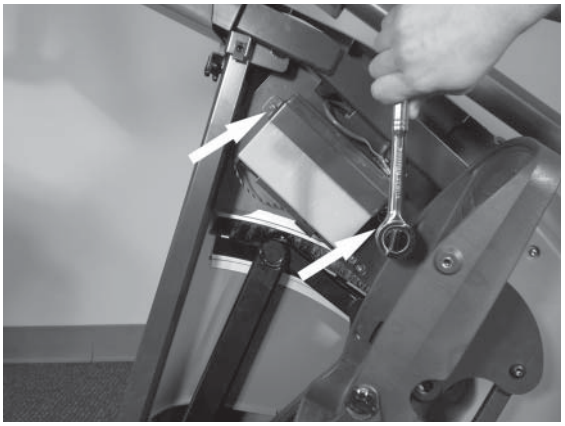
Remplacement de la batterie plomb-acide 12 volts

Outils requis
Douille profonde de 8 mm
Rochet et extension

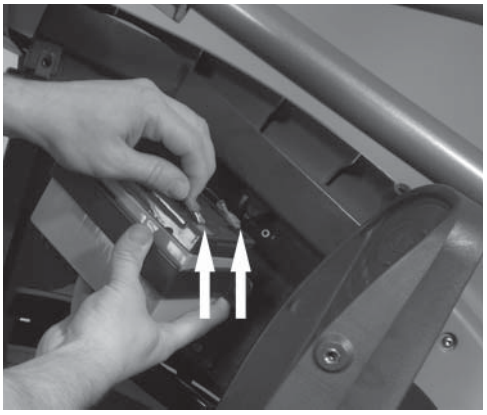
1. **Retirez seulement le couvercle de l'extrémité avant et le couvercle supérieur droit. Voir les instructions d'enlèvement du couvercle.**

2. **Enlevez l'adaptateur CA de la prise s'il est branché.**

3. **Enlevez deux écrous de verrouillage.**



4. **Enlevez les câbles de la batterie.**



5. **Enlevez la batterie. Suivez les étapes dans l'ordre inverse pour installer une nouvelle batterie.**

ATTENTION

Ne jetez pas les piles au feu. Les piles peuvent exploser.

N'ouvrez pas et n'abîmez pas les piles. Elles contiennent un électrolyte toxique qui peut causer des dommages à la peau et aux yeux.

Pour éviter des lésions liées à un danger énergétique, retirez les montres-bracelets et les bijoux comme les bagues lors du remplacement des piles.

Remplacez les piles par des piles de même type et même numéro que celles qui étaient installées sur l'appareil initialement.

Recyclez les piles en suivant les procédures locales de recyclage.

Remplacement des piles AA du transmetteur de rythme cardiaque par contact

Outils requis
Aucun

1. **Les piles AA qui alimentent le transmetteur de rythme cardiaque par contact se trouvent sous le siège. Retirez les piles et installez deux nouvelle piles AA alcalines.**

ATTENTION

Ne jetez pas les piles au feu. Les piles peuvent exploser.

N'ouvrez pas et n'abîmez pas les piles. Elles contiennent un électrolyte toxique qui peut causer des dommages à la peau et aux yeux.

Remplacez les piles par des piles de même type et même numéro que celles qui étaient installées sur l'appareil initialement.

Recyclez les piles en suivant les procédures locales de recyclage.

Notifications de sécurité

TYPE/DEGRÉ DE PROTECTION	CLASSIFICATION/ IDENTIFICATION/ AVERTISSEMENTS	SYMBOLE
Type de protection contre les chocs électriques	Équipement de classe II	
Degré de protection contre les chocs électriques	Pièce appliquée de type B	
Degré de protection contre l'entrée de liquides	Non protégé	SO
Degré de sécurité en présence d'un mélange anesthétique inflammable au contact de l'air ou d'oxygène ou de d'oxyde nitreux.	Ne convient pas	SO
Mode de fonctionnement	Continu	SO
Informations sur de possibles interférences électromagnétiques ou autres et les moyens de les éviter.	Les appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 et T5^{XR} utilisent l'énergie RF et électromagnétique seulement pour leur fonction interne. Leurs émissions de RF et CEM sont donc très faibles et ne devraient pas causer d'interférence avec l'équipement électronique à proximité.	SO
Avertissements et tableaux CEM requis par IEC 60601-1-2	Consultez les tableaux CEM	SO
ID de sources d'alimentation externes optionnelles particulières ou de chargeurs de piles nécessaires pour assurer la conformité avec les exigences de l'IEC60601	Les sources d'alimentation externes sont facultatives en raison du fonctionnement de l'élément de batterie plomb-acide étanche, mais, si nécessaire, les sources d'alimentation suivantes doivent être utilisées : Europe : DPD090050E-P5-TK Japon : 1J35-090030D-024 Canada et É.-U. : DPD090050-P5P-TK	SO

Notifications de sécurité

TYPE/DEGRÉ DE PROTECTION	CLASSIFICATION/ IDENTIFICATION/ AVERTISSEMENTS	SYMBOLE
Identification de tous risques associés à l'élimination des déchets, résidus, y compris l'élimination de l'appareil lui-même à la fin de sa durée de vie utile.	Les appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 et T5^{XR} contiennent des ensembles de circuits électroniques, une pile bouton étanche lithium et un élément de batterie étanche plomb-acide qui pourraient devoir se conformer à des procédures locales d'élimination ou de recyclage précises.	
Spécification des conditions de transport et de rangement liées à l'environnement (aussi indiquée à l'extérieur de l'emballage).	Les appareils d'entraînement incliné NuStep® T5 et T5^{XR} peuvent être : a) transportés et rangés sans danger dans ces conditions -20° à 54 °C; ≤ 85 % d'humidité sans condensation; pression de ≥ 100 pascals b) exploités dans ces conditions 5º à 50 ºC; ≤ 85% d'humidité sans condensation ; ≥ pression de 100 pascals.	SO
A. Description des moyens pour isoler l'appareil de la source d'alimentation.	Les appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 et T5^{XR} peuvent être isolés en débranchant la source d'alimentation du mur et en les faisant fonctionner seulement sur piles. L'alimentation électrique comporte un transformateur d'isolation et un lien fusible.	SO
Indication que l'appareil est sous tension.	L'indicateur d'état de veille clignote pendant que la batterie est en charge lorsque les appareils d'entraînement inclinés T5 et T5^{XR} sont branchés et non utilisés. Lorsque la charge est terminée, l'indicateur d'état de veille reste allumé sans clignoter.	

Tableaux CEM

Guide et déclaration du fabricant – Immunité électromagnétique

Les appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 et T5XR sont destinés à une utilisation dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur des appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 et T5XR doit s'assurer que les appareils sont utilisés dans l'environnement en question.

Essai d'immunité	Niveau d'essai CEI 60601	Niveau de conformité	Environnement électromagnétique – guide
Radiofréquences par conduction CEI 61000-4-6 Radiofréquences par rayonnement CEI 61000-4-3	3 V eff 150 kHz à 80 MHz 3 V/m 80 MHz à 2,5 GHz	3 V eff 3 V/m	Aucun matériel de radiocommunication portable ou mobile ne doit être utilisé plus près de l'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5, (toutes pièces, câbles compris), que la distance de séparation recommandée qui sera calculée à partir de l'équation correspondant à la fréquence de l'émetteur. Distance de séparation recommandée d = 1,2 $\sqrt{P}$ d = 1,2$\sqrt{P}$ 80 MHz à 800 MHz d = 2,3$\sqrt{P}$ 800 MHz à 2,5 GHz où P est la puissance nominale de sortie maximale en watts (W) de l'émetteur d'après son fabricant, et d est la distance de séparation recommandée en mètres (m). Les grandeurs de champs des émetteurs radioélectriques fixes, déterminées par une étude de site électromagnétique, [A], doivent être inférieures au niveau de conformité de chaque plage de fréquence. [B] Des interférences sont possibles à proximité d'équipements portant le symbole suivant :

NOTE 1 : À 80MHz et 800 MHz, c'est la plage de fréquence, la plus élevée qui s'applique.
NOTE 2 : Ces recommandations pourront ne pas s'appliquer à toutes les situations. La propagation électromagnétique dépend en effet de l'absorption et de la réflexion par les structures, les objets et les personnes.

[A] Les grandeurs de champs d'émetteurs fixes, tels que les stations de base de téléphones cellulaires ou sans fil, ainsi que les radios mobiles terrestres, les radios-amateurs, et les stations de radiodiffusions à MA et MF ne peuvent pas être calculées avec exactitude. Pour évaluer l'environnement électromagnétique causé par des émetteurs radioélectriques fixes, une étude de site électromagnétique doit être envisagée. Si l'intensité du champ, mesurée à l'endroit où l'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5 est utilisé, dépasse le niveau de conformité ci-dessus, l'appareil NuStep® T5 doit être observé pour vérifier que son fonctionnement est normal. Si on observe des anomalies de fonctionnement, des mesures supplémentaires (réorientation ou déplacement de l'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5, par ex.) pourront être nécessaires.

[B] Pour la plage de fréquence comprise entre 150 kHz et 80 MHz, les intensités des champs doivent être inférieures à [V_1] V/m.

Tableaux CEM

Guide et déclaration du fabricant – Émissions électromagnétiques

Les appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 et T5^{XR} sont destinés à une utilisation dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur des appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 et T5^{XR} doit s'assurer que les appareils sont utilisés dans l'environnement en question.

Essai d'émissions	Conformité	Environnement électromagnétique – guide
Émissions de radiofréquences CISPR 11	Groupe 1	L'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5 n'utilise l'énergie radioélectrique que pour son fonctionnement interne. Par conséquent, ses émissions radioélectriques sont très faibles et ne doivent normalement pas causer d'interférences avec des équipements électroniques à proximité.
Émissions de radiofréquences CISPR 11 Émissions d'harmoniques CEI 61000-3-2 Émissions de scintillement / fluctuations de tension CEI 61000-3-3	Classe B Non disponible La puissance nominale est de ≤ 75 W. Non disponible La puissance nominale est de ≤ 75 W. L'équipement ne devrait pas produire de fluctuations importantes de tension.	L'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5 convient à une utilisation dans tous les locaux.

Tableaux CEM

Guide et déclaration du fabricant – Immunité électromagnétique			
Les appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 sont destinés à une utilisation dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur des appareils d'entraînement inclinés NuStep® T5 doit s'assurer que les appareils sont utilisés dans l'environnement en question.			
Essai d'immunité	**Niveau d'essai CEI 60601**	**Niveau de conformité**	**Environnement électromagnétique – guide**
Décharge électrostatique (DÉS) IEC 6100-4-2	± 6 kV (contact) ± 8 kV (air)	± 6 kV (contact) ± 8 kV (air)	Les planchers doivent être en bois, en béton ou en carreaux de céramique. Si les planchers sont couverts d'un matériau synthétique, l'humidité relative doit être d'au moins 30 %.
Salve transitoire/ rapide électrique IEC 61004-4	± 2 kV pour les lignes d'alimentation électriques	± 2 kV pour les lignes d'alimentation électriques	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement hospitalier ou commercial normal.
Surtension transitoire CEI 61000-4-5	± 1 kV en mode différentiel ± 1 kV en mode commun	± 1 kV en mode différentiel ± 2 kV en mode commun	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement hospitalier ou commercial normal.
Baisses de tension, courtes interruptions et variations de tension sur les lignes d'entrée d'alimentation CEI 6100-4-11	< 5 % U_T (baisse > 95 % de U_T) pendant 0,5 cycle 40 % U_T (baisse de 60 % de U_T) pendant 5 cycles 70 % U_T (baisse de 30 % de U_T) pendant 25 cycles < 5 % U_T (baisse > 95 % de U_T) pendant 5 s	< 5 % U_T (baisse > 95 % de U_T) pendant 0,5 cycle 40 % U_T (baisse de 60 % de U_T) pendant 5 cycles 70 % U_T (baisse de 30 % de U_T) pendant 25 cycles < 5 % U_T (baisse > 95 % de U_T) pendant 5 s	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement hospitalier ou commercial normal. Si l'utilisateur de l'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5 nécessite un fonctionnement continu durant les périodes de pannes du secteur, l'appareil NuStep® T5 doit être alimenté par ses piles internes.
Champ magnétique à la fréquence d'alimentation (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Les champs magnétiques des fréquences d'alimentation doivent se trouver à des niveaux caractéristiques d'un emplacement normal dans un environnement commercial ou hospitalier normal.
REMARQUE U_T est la tension du secteur avant l'application du niveau de test.			

Tableaux CEM

Distances de séparation recommandées entre l'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5 et les matériels de radiocommunication portables et mobiles

L'appareil d'entraînement incliné NuStep est destiné à un environnement électromagnétique dans lequel les perturbations radioélectriques sont contrôlées. Le client ou l'utilisateur de l'appareil d'entraînement incliné NuStep® T5 peut aider à empêcher les interférences électromagnétiques en maintenant les distances minimales entre les matériels de radiocommunications portables et mobiles (émetteurs) et l'appareil NuStep® recommandées ci-dessous, en fonction des puissances de sortie maximales des matériels en question.

Valeur nominale de la puissance de sortie maximale de l'émetteur W	Distance de séparation en fonction de la fréquence de l'émetteur		
	150 kHz à 80 MHz d = 1,2	80 MHz à 800 MHz d = 1,2	800 MHz à 2,5 GHz D = 2,3
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,38	0,38	0,73
1	1,2	1,2	2,3
10	3,8	3,8	7,3
100	12	12	23

Pour les émetteurs dont la puissance de sortie maximale n'est pas indiquée ci-dessus, la distance de séparation recommandée d en mètres (m) peut être calculée avec l'équation correspondant à la fréquence de l'émetteur, où P est la puissance de sortie maximale de l'émetteur en watts (W) fournie par le fabricant de l'émetteur.

NOTE 1 : À 80MHz et 800 MHz, c'est la distance de séparation pour la plage de fréquence la plus élevée qui s'applique.

NOTE 2 : Ces recommandations pourront ne pas s'appliquer à toutes les situations. La propagation électromagnétique dépend en effet de l'absorption et de la réflexion par les structures, les objets et les personnes.

Conformité FCC aux États-Unis et conformité IEC/EN 55011

Déclaration de conformité FCC aux États-Unis :
Remarque : cet appareil a été testé et déterminé conforme aux limites d'un appareil numérique de classe B, en vertu de la partie 15 du règlement de la FCC. Ces limites ont été conçues pour procurer une protection suffisante contre les interférence nuisibles dans une installation à domicile. Cet appareil génère, utilise et peut générer de l'énergie radioélectrique et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions d'installation, peut entraîner des interférences nuisibles aux communications radio. Il n'existe toutefois aucune garantie que des interférences ne se produisent pas dans une installation particulière. Si l'appareil provoque des interférences nuisibles à la réception de radio ou télévision, ce qui peut être déterminé en mettant en marche et en arrêtant l'appareil, il est recommandé à l'utilisateur d'essayer de corriger les interférences à l'aide de l'un ou de plusieurs des moyens suivants :

- Réorienter ou déplacer l'antenne de réception.
- Augmenter la distance de séparation entre la'appareil et le récepteur.
- Brancher l'appareil sur une prise d'un circuit différent de celui auquel le récepteur est relié.
- Demander de l'aide au distributeur ou à un technicien radio/TV expérimenté.

Déclaration de conformité IEC/EN 55011
Cet appareil est conforme à IEC/EN 55011, groupe 1, classe B. Le groupe 1 contient tout le matériel ISM dans lequel une énergie radioélectrique avec couplage conductif, nécessaire au fonctionnement interne de l'appareil lui-même, est générée et/ou utilisée intentionnellement. Le matériel de classe B convient à une utilisation dans les domiciles et dans les établissement directement branchés sur un réseau d'alimentation électrique à faible tension, alimentant les bâtiments à usage domestique.

Annexe A

Système de freinage
Les modèles T5/T5^{XR} sont tous deux dotés de résistance au freinage dépendant ou non de la vitesse, selon le type de programme. Le rythme cardiaque cible, la vitesse constante, la puissance constante et les programmes de protocole d'exercice dépendent de la vitesse. Tous les autres programmes sont indépendants de la vitesse. Pour les descriptions de programmes, consultez la section Présentation des programmes de ce manuel.

Marche :
Les modèles T5/T5^{XR} comportent une action de marche dépendante, dotée d'une longueur de pas comprise entre 2 po et 9 po (5 et 23 cm).

Paramètres des watts testés affichés :
Les valeurs en watts afffichées représentent le taux de consommation d'énergie de l'utilisateur. Elles sont calculées en temps réel à l'aide d'un algorithme basé sur les paramètres mécaniques de l'appareil et d'une mesure de la moyenne des caractéristiques de marche. Les paramètres mécaniques significatifs qui influencent les valeurs en watts affichées comprennent l'inertie des éléments mobiles de la machine, le niveau de charge sélectionné par l'utilisateur et la vitesse de rotation du générateur hybride de freinage. Les tests de validation des valeurs en watts affichées ont été exécutés en comparant lesdites valeurs et la puissance mécanique réelle produite au cours d'un pas moyen de huit pouces (20 cm) par plusieurs utilisateurs d'âge, de poids et de sexe différents. La comparaison des valeurs affichées et mesurées s'est produite à sept cadences de marche entre 40 et 160 pas par minute, à chacun des 15 niveaux de charge. Les valeurs en watts affichées sont indépendantes de tout paramètre physiologique ou anatomique de l'utilisateur.

NuStep, Inc.
5111 Venture Drive, Suite 1
Ann Arbor, MI 48108
États-Unis d'Amérique.
(800) 322-2209
(734) 769-3939
www.nustep.com

Transforming Lives®

Les informations de ce manuel sont les plus récentes au moment de l'impression. En raison de notre promesse d'amélioration constante, les caractéristiques techniques et descriptions sont susceptibles d'être modifiées sans préavis. Aucune partie de ce manuel ne peut être reproduite ni transmise, sous forme ou par moyen quelconque, électronique ou mécanique, dans quelque but que ce soit, sans la permission expresse par écrit de NuStep, Inc.© Copyright Octobre 2010 par NuStep, Inc.

NuStep® et Transforming Lives® sont des marques déposées de NuStep, Inc.

Brevets 5,356,356, 6,042,518, 6,361,479, 6,666,799, D610,635, 7,775,942 et brevets américains en instance.

ISO 9001:2008 enregistrés

Manuel PN 53600 T5 Manuel de l'utilisateur, Rev A

CE